



家庭婚恋 情感解码

秦保平◎著



河南大学出版社
HENAN UNIVERSITY PRESS

家庭婚恋情感解码

秦保平 著

河南大学出版社

• 郑州 •

图书在版编目(CIP)数据

家庭婚恋情感解码/秦保平著. —郑州:河南大学出版社, 2014. 5

ISBN 978-7-5649-1522-3

I. ①家… II. ①秦… III. ①婚姻—通俗读物②家庭—通俗读物③恋爱—通俗读物④情感—通俗读物 IV. ①C913.1-49 ②B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 089060 号

责任编辑 朱春华

责任校对 秦 程

封面设计 郭 灿

出版发行 河南大学出版社

地址:郑州市郑东新区商务外环中华大厦 2401 号 邮编:450046

电话:0371-86059750(职业教育出版分社)

0371-86059750(营销部)

网址:www.hupress.com

排 版 郑州市今日文教印制有限公司

印 刷 郑州市今日文教印制有限公司

版 次 2014 年 6 月第 1 版

印 次 2014 年 6 月第 1 次印刷

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 22.5

字 数 404 千字

印 数 1—2500 册

定 价 56.00 元

(本书如有印装质量问题,请与河南大学出版社营销部联系调换)

内 容 提 要

本书着重就“婚姻、家庭、恋爱、情感”四个方面中存在的问题展开去谈，解读了问题出现的表象、产生的根源以及给出了解决的办法。其最大的看点是把问题解决在预防中、解决在萌芽中、解决在问题出现的善后中。

前 言

笔者近十年的工作经历,使已掌握了大量的第一手资料和近千件成功或失败之案例。在本书中,笔者就婚姻、家庭、恋爱、情感方面的咨询调解辅导案例,总结其成功的经验和失败的教训,以写书的形式把这些经验与教训公之于众。一部好的心理学方面的书能够提高人们的认知能力、悟性、意识和潜意识,进而改善人类的心灵境界。

人的性格粗分有三大类型:外向、内向和中性型,细分有100多种不同的性格表现。俗话说:“人过一百,形形色色。”男女个性特点的表现又有很大差异,不同年龄段的男女个性特点表现也有差异。因此男女在组成家庭、共同生活中难免会出现这样那样的问题。如何少出问题、化解问题,有方法、有技巧地把问题解决在萌芽中,不使问题扩大化、升级化、严重化。笔者认为:好的家庭、婚姻关系靠的是经营;成功的恋爱靠的是欣赏、认可对方,并与对方技巧地相处;情感的寄托靠的是两情相悦、不走偏这几个重要的环节。

许多婚龄人结婚了还捋顺不了各项关系,云里雾里地摸不着北,离婚了似乎才明白了一些问题,试图去弥补,去挽回,有的甚至是义无反顾、永不回头。

1. 家庭关系。狭义地讲是夫与妻和孩子的关系,包括爱情、亲情、经济等关系;广义地讲是夫妻与父母与兄弟姐妹与孩子的关系,相互之间存在亲情、爱情、扶养、赡养、支持、帮助等关系。

2. 婚姻关系。狭义地讲是指锅碗瓢勺油盐酱醋茶、婆婆妈妈、斤斤计较地过日子;广义地讲是指夫妻关系的确定,带来了与对方所有亲朋好友的关系。

3. 恋爱关系。这是指男女间相互欣赏、爱慕、经常交往进而有意成为夫妻的情侣关系。

4. 情感关系。这是指对周围的某个特定人有感觉、动感情、想去帮助对方和依靠对方的关系。

5. 夫妻关系。如从法律方面讲是责任与义务的关系(包括相互关爱、忠诚、扶养),从现实生活方面讲是双方“吵吵闹闹不过分,善于化解矛盾,家庭生活相互影响”的关系。

对婚姻生活的理解是仁者见仁、智者见智,各有经营好婚姻的高招。幸福的婚姻是相同的,不幸的婚姻有各自不同的不幸。谈恋爱时双方都是冲着婚姻而来的,结婚后对婚姻的经营,面临着诸多问题需要双方解决,解决不好,就有危机。危机出现时让当事人焦虑,智慧的人能很好地处理;迷惘的人处理的结果可能会适得其反。人的婚姻成阶段性变化,每一个变化中都会给当事人带来情绪和情感上的变化。走进婚姻中的人们应不断修炼自己,提高自己,影响别人,好好地经营婚姻,使婚姻稳定持久到永远。

婚姻往往经历以下8个阶段。

1. 谈恋爱期间叫“现在了解、选择、适应期”。
2. 1~3年的婚姻叫“现在合适、磨合或甜蜜期”。
3. 4~6年的婚姻叫“现实责任、潜在矛盾期”。
4. 7~9年的婚姻叫“现实矛盾、危险期”。
5. 10~12年的婚姻叫“现实责任、自豪期”。
6. 13~15年的婚姻叫“现实危机、困难期”。
7. 16~19年的婚姻叫“现实决定、无奈期”。
8. 20年以上的婚姻叫“现实平稳、放开期”。

许多婚姻在经历磨合的风雨中,双方会心心相印、相濡以沫,携手慢慢地变老。也有些婚姻经受不了风浪颠簸而触礁翻船。

希望读者看过此书后,女人变得能够从单纯到聪明,从聪明到智慧,从智慧到睿智,做精品女人;男人能够读懂女人,增加责任感和信心,寻找宽容的理由、幽默的激情,在事业上不倦怠,完美地走完人生历程。

目 录

第一章 解读婚姻家庭	1
------------------	---

爱情是两个人的关系,婚姻是一大群人的关系,稳定的家庭靠婚姻和感情来维持。婚姻的基础是爱情、亲情、经济与孩子的融合体,家庭的稳定与否与婚姻的基础是否牢固有着很大的关系。

一、夫妻的辩证关系	2
二、婚姻的阶段性的关系	2
三、夫妻关系的保鲜稳定与持久	4
四、婆媳相处的原则	7
五、与知情达理有文化的婆婆相处	7
六、与文化水平低传统观念重的婆婆相处	7
七、与恋子的婆婆相处	8
八、丈夫在婆媳之间的角色	8
九、岳父母与女婿的关系	8
十、父母与子女的关系	8
十一、隔辈教育孩子的利与弊	9
十二、夫与妻家人的关系	9
十三、妻与夫家人的关系	10
十四、夫妻与对方朋友的关系	10
十五、长辈对儿孙们厚薄不均时,应如何对待	10
十六、夫妻关系麻木时的应对措施	11
十七、婚外情的六种状态	12
十八、婚外情状态下夫妻关系的处理	12

十九、面临将要离婚状态下的夫妻关系	13
二十、爱着配偶以外的人时的夫妻关系	13
二十一、离婚后想复婚应采取的几个步骤	14
二十二、婚姻面临破裂时,应如何调整心态	15
二十三、离婚后的心理调节	15
二十四、独身的利与弊	16
二十五、婚姻不是生活的全部	16
二十六、婚姻的保鲜	16
二十七、爱的原则“三七分”	17
二十八、“傻女人”称呼的由来	17
二十九、做善良女人	18
三十、有思想的女人才会有高质量的一生	19
三十一、职场女人的法则	19
三十二、好的婚姻靠选择和经营	20
三十三、女人不能吃“免费的午餐”	20
三十四、最好别和年龄小于自己的男人恋爱结婚	20
三十五、失败的婚姻和爱情让许多男女迷茫	21
三十六、做有知识的女人	21
三十七、做幸福的女人	21
三十八、长得漂亮不如活得精彩	23
三十九、做高素质的女人	23
四十、女人的比较	23
四十一、大龄未婚女性的心结	23
四十二、夫妻间的空间	24
四十三、女人心灵四度保鲜法	24
四十四、婚姻这事分开看	24
四十五、男人为何小心眼	25
四十六、哈哈!老婆都一样	26
四十七、学会放大夫的优点	26
四十八、如何面对老公的婚外情	27
四十九、我很快就会忘记她	27
五十、她能把他忘了吗	28

五十一、学会自我表达能让夫妻关系更和谐	28
五十二、家的本质	29
五十三、读懂婚姻“五字经(勤、厚、忍、爱、情)”	30
五十四、夫妻争吵要十戒	30
五十五、婚姻与情绪	31
五十六、婆媳为何多起干戈	32
五十七、婚姻的磨合	33
五十八、危害婚姻的因素	34
五十九、婚姻中“度”的把握	35
六十、婚姻中的“乞丐心理”	36
六十一、结婚前后潜在的危险	37
六十二、夫妻如筷子	38
六十三、做全职太太看起来很美	39
六十四、有一种爱叫“怕和哄”	40
六十五、伴侣不是“最爱”的人时感情如何维系	40
六十六、为什么再婚者离婚率高	41
六十七、好的婚姻靠经营	42
六十八、女人应知道男人外遇时的心理	42
六十九、婆媳如母女难,讲礼仪万事好	44
七十、婚姻中爱的吸引技巧	44
七十一、爱的表达不仅仅有言行还有其他	45
七十二、男女间的需要和想象	46
七十三、婚姻无法保鲜的八大因素	47
七十四、男女出轨的征兆及应对技巧	48
七十五、父母离了婚孩子受伤害是铁定的	50

第二章 解读恋爱情感..... 51

恋爱了,未必会有感情;有感情了,可能会把恋爱进行到婚姻。情感的产生有前因后果、有环境条件、有波浪曲折。恋爱与情感可能一致、可能交叉、可能转移、可能成阶段性、可能移情别恋。

恋爱了,是在想一个人的心,而人与人的心有时会很远或很近,很近很近叫心心相印、携手共度,很远很远叫离心离德、老死不相往来。

一、青春期的爱	52
二、成熟期的爱	52
三、恋爱时应考虑以下因素	52
四、恋爱的基础是感情和经济	52
五、善于经营感情	53
六、爱的思考	53
七、爱的变化	55
八、爱的真谛	56
九、爱的表达	57
十、女青年在选择恋爱对象时的考虑	57
十一、男青年在选择恋爱对象时的考虑	58
十二、当对方言称不爱你时的几种应对措施	59
十三、当情感困惑须抉择时应有几步走	59
十四、读懂异性,认识自己	61
十五、因别人的错来惩罚自己	61
十六、有爱就能在一起吗	62
十七、男女性意识、爱情观念的产生与发展	63
十八、男人不坏女人不爱的探究	64
十九、爱他(她)就学会接纳他(她)	65
二十、没有热情和亲密度的恋爱可以结束	65

二十一、没有钱爱真难	65
二十二、爱是拿来用的	66
二十三、刻骨铭心的爱是这样产生和消失的	66
二十四、怎样做女人眼中合格的男朋友	67
二十五、男女恋爱时智商低的原因及对策	68
二十六、恋爱中的男女为何爱较劲	69
二十七、为何成为大龄女	70
二十八、许多时候男人的甜言蜜语当不得真	71
二十九、你爱上了他(她)的什么	71
三十、善意的爱的谎言会有好结果	72
三十一、有一种爱叫放手	73
三十二、错爱了! 为什么还要走下去	73
三十三、女人的情感管理	75
三十四、为何嫁不出去	76
三十五、为何娶不进来	77

第三章 解谜婚姻家庭恋爱情感中的那些事

79

无论哪个年龄段的人都有可能遇上婚姻、情感上的问题,为什么有些人处理得好、有些人处理得不好,处理好了皆大欢喜、家庭和谐和睦,处理不好矛盾重重,甚至大打出手、闹上法庭。这里面有许多学问需要探究、讨论,它涉及情感、亲情、经济、性格、子女、财产、抚养、赡养等多方面的问题。

一、夫妻能否成为一辈子的情人	80
二、婚姻是爱情的坟墓吗	80
三、男人需要的女人,女人需要的男人	81
四、婚姻需要浪花、波浪和心静如水	81
五、女人眼中的男人	81
六、男人眼中的女人	82
七、夫妻间要说的一句话	82

八、距离比缠绵更能吸引男人的心	82
九、有人一生都没想明白	82
十、男女关系中有一种可能让我们去深思	83
十一、不同年龄段的女人在想什么	83
十二、不同年龄段的男人在想什么	84
十三、男女能长久保鲜的只有心态、品质和魅力	84
十四、对亲人最大的爱是看好自己别惹事、别出事	84
十五、你能让配偶有这种想法吗	85
十六、再婚男女须过“五关”	85
十七、女人靠男人养就像做“保姆”	86
十八、怎样才能拥有幸福的婚姻	86
十九、婚姻里的真相	88
二十、倾诉要选准对象	89
二十一、男女的审美标准往往基于生育能力	89
二十二、什么时候男人的心情最好	90
二十三、“随”字化千愁、解百难,其乐融融	90
二十四、妻子的性格影响丈夫的作为	91
二十五、怎么理解老婆是人家的“好”	92
二十六、“十二招”逗老婆开心	93
二十七、“七招”逗老公开心	94
二十八、哄妻妙招	94
二十九、给足丈夫面子	95
三十、让妻子体面	96
三十一、女人千万别碰已婚男人	97
三十二、在婚姻中的放开、放松、自由是一种大智慧	98
三十三、幸福是种感觉	100
三十四、男女之间没有纯友谊吗	101
三十五、女人的“保命幸福”真言	102
三十六、男人为何害怕妻子上网	103
三十七、激情殆尽后,谁来主动改变	103
三十八、丈夫对我很好,但他有婚外情	104
三十九、女人要学会为自己活着	104

四十、对老婆撒谎是个技术活	105
四十一、女人讲的逻辑	105
四十二、男人为何爱替友圆谎	107
四十三、赢得美人归的妙招	107
四十四、智慧女人选个“自行车式”的老公	108
四十五、男人与女人劣根性的比较	108
四十六、男人和女人的选择	109
四十七、女人的十大幼稚思维	110
四十八、男人和女人对对方是有要求的	111
四十九、女人变心前的反应	111
五十、男人变心前的反应	112
五十一、爱上偷情的男人是种贱	112
五十二、女人保持自信的法宝	112
五十三、你能这样爱妻子吗	113
五十四、爱！在偶尔中走失	114
五十五、男人的承诺，女人的承担	115
五十六、成熟男人到底有多危险	116
五十七、男女出轨的代价	118
五十八、女人的悲惨轮回	119
五十九、做情人难，做夫妻可能更难	120
六十、用智慧战胜小三	120
六十一、养闺女的话题	121
六十二、当男人有了钱	122
六十三、别等老公有了婚外情才明白这些事	122
六十四、好男人的背后	123
六十五、给女人好的待遇，成就个好女人惠及四代人	124
六十六、家庭暴力的原因及对策	124
六十七、婚姻“疲劳”的背后	125
六十八、老公找了个不如我的女人	126
六十九、男女性行为	127
七十、婚姻中的控制	128
七十一、性高潮有助优生	129

七十二、更年期女性为何突然“厉害”了	129
七十三、女性手淫	130
七十四、情爱源于大脑尾核	130
七十五、关注男人健康的理由	132
七十六、关注女人健康的充足理由	132
七十七、女人怀孕前后的思维	133
七十八、女人的美容整形知多少	134
七十九、让男人魂牵梦绕的女人	135
八十、让女人魂牵梦绕的男人	135
八十一、动物性爱对人类的启示	136
八十二、和谐的房事不仅仅让女人变得聪明	138
八十三、怎样看待女人的真假性高潮	138
八十四、夫妻性生活中不经意的话	139
八十五、父爱和情爱是两个界面	139
八十六、许多事情真的不一定	139
八十七、成熟男人的标志	140
八十八、成熟女人的标志	141
八十九、美国人的恋爱和婚姻观	141
九十、为何婚姻恋爱中的老好人回报少	142
九十一、男人与女人的思维差异	142
九十二、男女差异的真相	144
九十三、别触及女人的底线	145
九十四、对“男人重结果、女人看过程”的理解	146
九十五、没有尊严的男人更可怕	147
九十六、“紧急避孕、无痛人流”在伤痛着女人的身心	147
九十七、解读同性恋	148

第四章 三十六计在婚姻家庭恋爱情感中的运用 151

家庭战争、婚恋之争、情感斗法都有很重的“硝烟”味道。三十六计在婚姻家庭恋爱情感中的运用也是许多人的无奈之举。在现实生活中这种斗法也早已存在,古今中外有之。若负能量运用害人害己,正能量运用救人救己、和谐个人、和谐家庭、和谐社会。

在三十六计运用到婚姻家庭恋爱情感中时,有些计策可以本义反用、可以本义曲用、可以一义多用,目的是使家庭和睦、婚姻幸福、恋爱浪漫、情感有寄托。

一、胜战术中有六计	152
第一计 瞒天过海 隐忍真情,毫无察觉;和谐和睦,欢乐家庭	152
第二计 围魏救赵 谴责不良,围堵恶行;救助弱小,人和家兴	153
第三计 借刀杀人 借力平衡,借力使力;心理平衡,合力筑家	153
第四计 以逸待劳 以逸促变,待势逆转;攻城为下,攻心为上	154
第五计 趁火打劫 越是有难,越好出手;帮助亲人,温暖家庭	154
第六计 声东击西 迷惑亲人,担当责任;懂得爱情,责任永远	155
二、敌战计中的六计	155
第七计 无中生有 假以设想,变为现实;合法合理,和谐家庭	155
第八计 暗度陈仓 明里一套,暗里一套;运用得当,家和业兴	156
第九计 隔岸观火 不收渔利,适时介入;有求介入,和睦家庭	156
第十计 笑里藏刀 笑后扮鬼,招人谴责;笑有爱意,其乐融融	157
第十一计 李代桃僵 危难时刻,牺牲局部;看似失去,实际获得	157
第十二计 顺手牵羊 意外而得,顺手而做;个人得好,大家受益	158
三、攻战计中的六计	158
第十三计 打草惊蛇 扰乱对方,观其反应;作出判断,及时决定	159
第十四计 借尸还魂 巧借力量,发展自己;解决问题,惠及家人	159
第十五计 调虎离山 引开强者,乘虚而入;化解矛盾,快乐家人	159

第十六计 欲擒故纵	以退为进,外松内紧;运用得当,家人幸福	160
第十七计 抛砖引玉	提醒一点,思有所悟;提醒三点,大彻大悟	161
第十八计 擒贼擒王	切中要害,引起共鸣;相互依靠,家庭幸福	161
四、混战计中的六计		161
第十九计 釜底抽薪	没了底气,筹码失效;技巧处理,亲情浓浓	161
第二十计 浑水摸鱼	趁乱而动,浑水救鱼;关爱别人,快乐自己	162
第二十一计 金蝉脱壳	瞒住对方,安全脱身;糊涂一时,不能长久	162
第二十二计 关门捉贼	身处瓮中,无处可逃;有理说理,无理说情	163
第二十三计 远交近攻	远方交好,近邻解惑;处好关系,相亲相爱	163
第二十四计 假道伐虢	借机行事,一举两得;婚恋大事,三思而行	163
五、并战计中的六计		164
第二十五计 偷梁换柱	暗中调包,偷换结果;利人利己,和和睦睦	164
第二十六计 指桑骂槐	旁敲侧击,含沙射影;促其深思,有则改正	164
第二十七计 假痴不癫	装疯卖傻,心中有数;难得糊涂,美满人生	165
第二十八计 上屋抽梯	后路被断,有去无回;浑浑清清,今世今生	165
第二十九计 树上开花	打破常规,更胜一筹;好上加好,人间大爱	166
第三十计 反客为主	能占先机,身手不凡;适时展现,获益多多	166
六、败战计中的六计		166
第三十一计 美人计	运用美色,人间风景;人人爱美,婚恋幸福	166
第三十二计 空城计	虚虚实实,真假难辨;实实在在,幸福永远	167
第三十三计 反间计	制造矛盾,挑拨离间;擦亮眼睛,辨别是非	167
第三十四计 苦肉计	故意自残,骗取同情;出乎意料,获得好感	167
第三十五计 连环计	环环相扣,连续出击;连连示爱,获益多多	168
第三十六计 走为上	放眼长远,不计眼前;走出艰难,留下更难	168

第五章 解码家庭婚姻恋爱情感中的病理性表现 169

以下常见的症状一旦形成,对家庭婚恋的影响会很大,其不但需要接受心理辅导还需要进行药物治疗和家人的配合治疗。有些通过综合治疗可以有明显的好转,还有些可能会有所缓解,但也有一些矫正起来难度很大,甚至没有什么变化。针对实际情况我们深究了原因,表述了特征,作了全面的分析,提出了对策。

一、强迫症人格	170
二、焦虑症人格	171
三、抑郁症人格	172
四、恐惧症人格	173
五、多疑症人格	174
六、比较型人格	176
七、冲动型人格	176
八、说谎话的人格障碍	177
九、婚姻偏执症人格	178
十、恋爱偏执症人格	180
十一、情感偏执症人格	181
十二、心理因素引发的性功能障碍	182
十三、产后抑郁症	183